



Ausgabe 10/2011

# Der LE MENU Wochenplan

Woche 2 Oktober 2011



## WOCHENMENU



### MITTAGESSEN

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Salat Gefüllte Kalbsröllchen im Sbrinz-Mantel** Gemüsereis  ** Rezept aus dem aktuellen Heft	Poulet-Kürbis-Schnitze** Broccoli Vollkornteigwaren  ** Rezept aus dem aktuellen Heft	Salat Spinatspätzli mit Pilzragout**  ** Rezept aus dem aktuellen Heft	Fleischkäse-Schnitzel ** mit Tartarsauce gedämpfte Rüebli Bratkartoffeln  ** Rezept aus dem aktuellen Heft	Bunter Herbstsalat Trauben-Käsekuchen*

### ABENDESSEN

Geschwellti Käse, Kräuterquark Gemüsestängeli	Kartoffel-Gemüsegratin *	Café complet mit Käse, Jogurt mit frischen Früchten, Vollkornbrot	Gemüsesuppe mit Bohnen** Kürbiskern-Käse-Toasts  ** Rezept aus dem aktuellen Heft	Süsse Milchpolenta mit Äpfeln, Rosinen und Zimt*
---	--------------------------	---	---	---

### DESSERT/ZVIERI

	<b>Zvieri-Idee</b> Quittencake ** Dazu ein Glas Milch ** Rezept aus dem aktuellen Heft			
--	---	--	--	--

### TIPP

<b>Tipp</b> Die doppelte Menge Geschwellti zubereiten für den Gemüsegratin am Dienstag.				Alle mit ** und * ausgezeichneten Rezepte finden Sie auf den nachfolgenden Seiten.
--	--	--	--	--